

Информация
об определении оптимальной учебной, внеучебной нагрузки

Гигиенические требования к максимальному общему объему недельной образовательной нагрузки обучающихся.

Класс	Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка (в академических часах)		Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности (в академических часах)
	при 5- дневной неделе не более	при 6-дневной неделе не более	
1	21		10
2-4	23	26	10

Обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих требований:

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену, в первом полугодии уроки по 35 минут каждый, во втором полугодии - по 40 минут каждый. Предоставляются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти.

Обучение в 2-4 классах осуществляется с соблюдением следующих требований:

- учебные занятия проводятся по 6-дневной учебной неделе, уроки по 45 минут каждый.

Внеурочная деятельность, организуется в отличных от урочных занятий формах, предусматривающих проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализацию образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев.

С целью профилактики переутомления в календарном графике предусмотрено чередование периодов учебного времени и каникул. Продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней.

Директор школы Демина Е.Ю.